



アメリカンドッグ

材料

- ホットケーキミックス…100g
- A [● 卵…1個
● 牛乳…大さじ2]
- ウインナーソーセージ、
フランクフルトソーセージ、
ミニトマト、ブロッコリー、いんげん、
しいたけ、まいたけ など

※熟成あらびきノンスモークウインナー3本を揚げた場合の栄養量です。

栄養量	・ エネルギー……………312kcal	・ 脂 質……………22.3g	・ 食塩相当量……………1.2g
	・ たんぱく質……………8.8g	・ 炭水化物……………18.4g	

① ボウルにAを入れてよく混ぜ、ホットケーキミックスを加えてよく混ぜます。生地が固くて混ぜにくいようなら牛乳少々加えて調整します。



② ソーセージに竹串を刺し、①の生地をからめて170℃くらいの油でしっかり目に揚げます。



③ ミニトマト、ブロッコリーなども試してみてください。



おすすめ食材

ツルヤプレミアム 国産豚肉100%使用 特定JAS 熟成あらびきノンスモークウインナー

一定期間(3日間以上)熟成することで、肉本来の旨味・風味が醸し出されたノンスモークタイプのおいしいウインナーです。7大アレルギーフリー(原材料に卵・乳・小麦・そば・落花生・カニ・海老は使用しておりません。)

